



C O N T E N T S

はじめに 2

第1章 ヒプノセラピーは“なりたい自分になれる”ヒント

怪しくない？ ヒプノセラピーとは	10
どんなとき、どんな人がヒプノセラピーを受けるの？	17
アプローチ法とその効果	23

第2章 2つの意識 ～潜在意識と顕在意識～

潜在意識とは	30
顕在意識とは	35
ヒプノセラピーの役割	39
自分の悩みに自分が答える不思議なアクセス	44
幸せになるための潜在意識の生かし方	49

第3章 あなたの人生はすべて思い通り

引き寄せ？ 考え事が現実にかかるワケ	58
良いことを引き寄せるためのポジティブ脳	66
心も身体も思いどおり	73
ネガティブや自己否定はがんのエサ	79

第4章 魂は永遠に

過去の感情や前世の記憶は潜在意識にある	86
今世のミッションとは	91
すべては等身大の経験から	96
今を大切にすることで、魂のステージアップをしよう	100





第5章 誰にだってワクワクできる素質がある

守られていることに気づいて人生を好転！	106
無限の可能性を感じよう	110
あなたを幸せに導く魔法の言葉	114
人や物、毎日の終わりに「ありがとう」を伝えよう	118
心の豊かさを感じる時	122
見返りのない愛情の連鎖	127

おわりに 133

参考資料 137

